

ABSTRAK

Senam merupakan bentuk gerakan tubuh yang direncanakan dan disusun secara teratur. Wadah senam lansia di Surabaya pada tahun 2010 meningkat 18,1% yaitu sebanyak 137 lokasi sedangkan di tahun sebelumnya 116 lokasi. Namun kesadaran lansia untuk mengikuti senam masih rendah sehingga banyak lansia yang tidak mengikuti senam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang senam lansia dengan keikutsertaan senam pada lansia di RW III Kelurahan Wonokromo, Surabaya.

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah semua lansia di RW III Kelurahan Wonokromo Surabaya yang tidak sedang sakit dan tidak memiliki kecacatan fisik yaitu sejumlah 124 lansia. Besar sampel 95 responden yang diambil secara *Simple Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan SPSS dengan uji korelasi Rank Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 95 responden sebagian besar memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 55 responden (57,9%) dan hampir setengah dari responden tidak rutin mengikuti senam yaitu sebanyak 41 responden (43,2%). Dari uji korelasi *Rank Spearman* didapatkan nilai $\rho = 0,000$ dan $\alpha = 0,05$, artinya $\rho < \alpha$ maka H_0 ditolak yang berarti ada hubungan tingkat pengetahuan tentang senam lansia dengan keikutsertaan senam pada lansia di RW III Kelurahan Wonokromo, Surabaya.

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan lansia tentang senam lansia maka semakin tinggi tingkat keikutsertaan senam lansia. Untuk itu diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan sosialisasi senam pada lansia sehingga dapat meningkatkan kesadaran lansia untuk mengikuti senam.

Kata Kunci: Pengetahuan, keikutsertaan